



© 2002-2008 Associazione Italiana Sommeliers, p.iva 11526700155, cf. 80022570156

21 Settembre 2009

DA UNA MOLECOLA NATURALE UNO SCUDO CONTRO L'INFLUENZA A

Contro i virus influenzali, incluso secondo gli esperti il virus H1N1 dell'influenza A, c'è uno scudo naturale di protezione e prevenzione: è il resveratrolo, una molecola di origine vegetale presente in molte piante ed arbusti, che ha dimostrato importanti proprietà antiossidanti, antibatteriche ed antivirali con l'effetto di aumentare le difese immunitarie dell'organismo preparandolo ad affrontare le patologie invernali. Gli esperti, da Praga dove si è svolto un incontro sulle misure contro l'influenza stagionale e l'influenza A non hanno dubbi: mantenere in forma il sistema immunitario è fondamentale per preparare l'organismo a combattere i virus influenzali. Accanto ai farmaci e alla vaccinazione, dunque, si fa strada un ulteriore approccio: quello della immunonutrizione e della nutraceutica con l'obiettivo di individuare i principi attivi naturali (come il resveratrolo, ma anche lattoferrina, vitamine e minerali) che, sotto forma di integratori alimentari, contribuiscono a rafforzare le difese dell'organismo. In molti casi, spiega il virologo Fabrizio Pregliasco dell'Università di Milano, «le condizioni patologiche ma anche le più comuni situazioni di stress psicofisico, sono associate alla presenza di uno stato infiammatorio e ad uno squilibrio di ossidanti e antiossidanti nell'organismo. Tale squilibrio è un fattore che favorisce le infezioni e i virus influenzali traggono beneficio da questa alterazione, che ne permette una rapida replicazione». Per questo, precisa, «la ricerca di molecole capaci di intervenire sulla replicazione virale è diventata un obiettivo primario del trattamento anti-influenzale». Tra queste nuove molecole vi è appunto il resveratrolo, disponibile come integratore alimentare orale anche in compresse, la cui azione protettiva, spiega Pregliasco, «si esplica anche impedendo ai virus di replicarsi all'interno della cellula». Vari gli studi che dimostrano la sua efficacia antinfiammatoria, ma c'è di più: una ricerca tutta italiana, dell'Università La Sapienza e Istituto superiore di sanità, ha dimostrato le capacità antivirali di tale molecola, mentre uno studio già pubblicato su *The journal of infectious diseases* evidenzia che il resveratrolo è in grado di proteggere dai virus dell'influenza umana, e questo sia in colture cellulari che in vivo sugli animali, nei quali ha ridotto la mortalità del 60%. E promuove l'approccio della immunonutrizione anche il presidente della Società italiana di medicina generale (Simg) Claudio Cricelli: «L'apporto di sostanze quali resveratrolo, vitamine e zinco fornisce all'organismo le sostanze metaboliche contro uno stato di stress ossidativo conseguente all'aumentata formazione di radicali, soprattutto negli immunodepressi». Per questo motivo, è il messaggio degli esperti da Praga, forme di integrazione con formulazioni da assumere per via orale «possono consentire di mantenere un'ottimale efficienza del sistema immunitario, preparandoci ad affrontare i virus dell'inverno». Il resveratrolo è presente naturalmente nel vino e nell'uva rossa.